

## SANITAT

La tensió, les males postures, la manca d'exercici i l'excés de menjar són càrregues que pesen sobre l'esquena i causen problemes a un 80 % de la població activa. Amb l'objectiu de corregir les actituds incorrectes, la Clínica Girona posarà en marxa una *escola de columna* per vèncer els dolors d'esquena.

## Treure un pes a l'esquena

El servei de rehabilitació de la Clínica Girona farà cursos per vèncer els dolors de columna

■ **Girona.** — Els cursos que posarà en marxa durant les properes setmanes el servei de rehabilitació de la Clínica Girona tindran una durada de cinc dies i estaran adreçats a tota la població que vulgui prevenir o eliminar els dolors d'esquena. Els assistents —un màxim de set a cada grup— rebran unes ensenyances bàsiques sobre el funcionament general de la columna vertebral, i també es faran estudis personalitzats per corregir les actituds i moviments de la vida diària que són perjudicials per a la columna. «És important, per exemple, adoptar postures correctes per escriure a màquina, asseure's, dormir, aixecar un pes de terra o carregar-lo, planjar o transportar el cistell de la compra, entre moltes altres circumstàncies», va explicar el cap del servei de rehabilitació de la Clínica Girona, August Moret.

### Estudi personalitzat

En els cursos es farà un estudi del lloc de treball de cada assistent i s'analitzaran les actituds vicioses de la persona que s'hauran de corregir per evitar els dolors. També es donaran unes pautes per a la pràctica d'exercicis destinats a reforçar la musculatura i a evitar el mal d'esquena, mal que pateix un 80 per cent de la població activa, segons va indicar el doctor August Moret. El servei mèdic format per August Moret i Julio López de Letona i la resta de personal de rehabilitació, entre els quals hi ha tres fisioterapeutes,

s'encarregaran de fer aquest curs.

El servei de rehabilitació de la Clínica Girona, que fa sis mesos que ha estrenat les actuals instal·lacions, d'uns 500 metres quadrats, porta a terme uns 120 tractaments diaris, uns 30 per motius derivats de l'esquena, uns 10 respiratoris, i altres per malalties neurològiques, reumàtiques i traumàtiques. En el servei es tracten casos d'escoliosi —desviacions laterals de la columna— amb guixos, correctors o gimnàstica. Aquestes desviacions es poden corregir fins als 17 anys, segons va indicar Moret.

Per a persones adultes, es disposa d'un programa d'uns deu o dotze dies de durada per reduir les hèrniies discals. «No totes les hèrniies discals s'han d'operar, moltes es poden tractar i resoldre sense intervenció», va explicar el mateix especialista. Els responsables del servei fan prèviament un estudi per poder fer una tria de les persones que es poden beneficiar d'un tractament no quirúrgic. «Es fan traccions, manipulacions i massatges», va explicar Josep Gómez, supervisor del servei. El servei de rehabilitació disposa també de dues piscines, un aparell d'isocinèsia per a lesions esportives, una sala de massatges terapèutics, una per a rehabilitació respiratòria i amb espais destinats a la termoteràpia i electroteràpia. «Es practica una medicina no agressiva, sinó a través de mitjans físics, complementats en ocasions amb fàrmacs», va indicar August Moret.

## SINISTRES

## Els pescadors demanen a González que declari zona catastròfica l'àrea afectada per la marea negra

L'extensió de la taca de petroli s'ha reduït

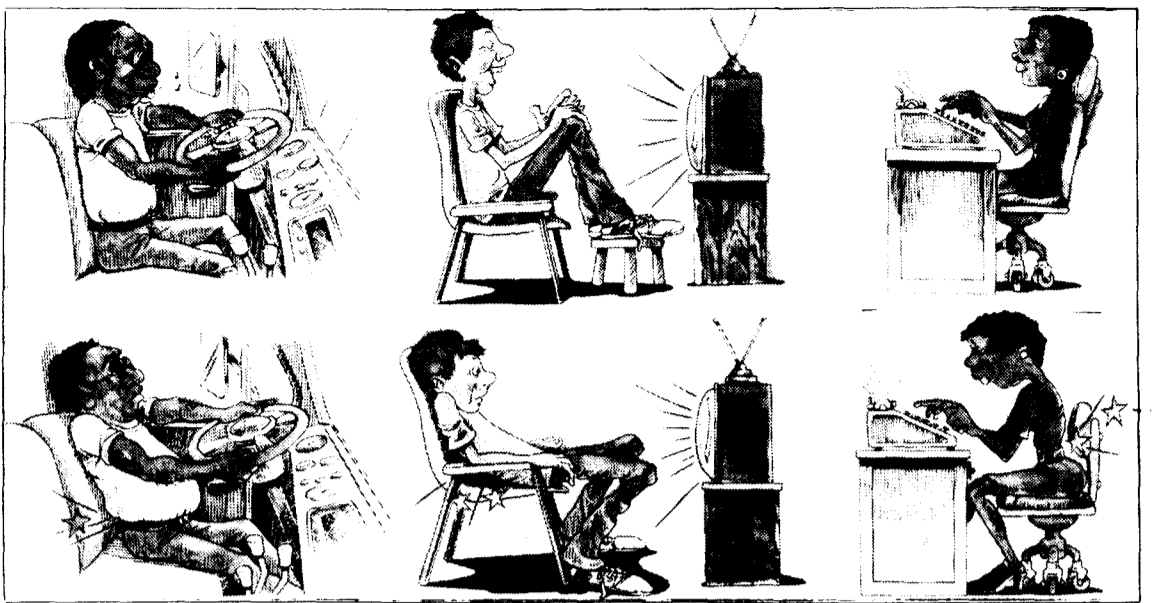
■ **El Ferrol.** — La Federación Nacional de Cofradías de Pescadores va enviar ahir un escrit al president del Govern espanyol, Felipe González, en el qual demana que es declari zona catastròfica a l'àrea afectada per la marea negra produïda per l'accident del petrolier Aegean Sea, així com la tramitació, davant la Comissió, el Consell i el Parlament europeu d'ajudes per paliar els danys. Aquesta federació, que representa 255 confraries amb un total de 80.000 afiliats que viuen dels recursos que s'obtenen del mar, demana a González que faciliti als afectats quantitats a compte sobre indemnitzacions que determini l'autoritat judicial.

La governadora civil de la Corunya, Pilar Lledó, va assegurar ahir que la taca de petroli, que es desplaça sense rumb, no arribarà al cap Ortegal i, per tant, tampoc a la mar Cantàbrica. També va afegir que fins ara els bus-

sejadors no s'han pogut apropar al buc del petrolier per tal de determinar si continua vessant petroli dels dos tancs que no van resultar afectats per l'incendi. No obstant això, i arran de l'exploració realitzada als voltants, es creu que els dos dipòsits estan intactes. Segons el darrer informe del Govern Civil, no s'han produït nous vessaments de petroli, i la taca s'ha reduït en extensió gràcies a l'acció del vent.

D'altra banda, el conseller de Pesca de la Xunta, Enrique López Veiga, va aprofitar per reclamar més competències, i va indicar que el seu departament seria més exigent que l'administració central en els remolcaments de vaixells que transporten mercaderies perilloses.

Greenpeace va comunicar que el petrolier sinistrat havia patit abans tres accidents, i va denunciar que Repsol demostra una «absoluta irresponsabilitat» en considerar el vaixell «de màxima seguretat», sabent que té vint anys.

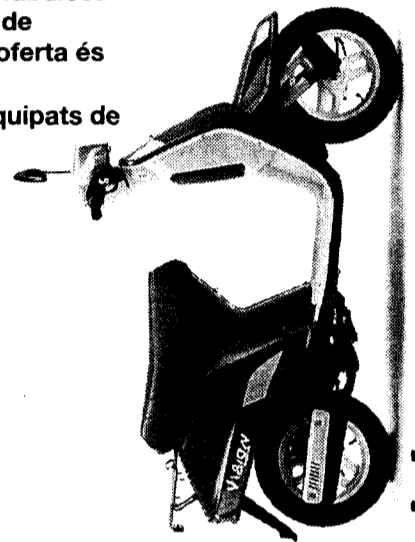


Algunes il·lustracions que serveixen d'exemple sobre postures correctes i incorrectes en activitats habituals.

Ara, el seu concessionari Honda l'obsequia amb una fabulosa Honda Vision o una oferta equivalent amb la compra de qualsevol model de la gamma Concerto '93 (aquesta oferta és vàlida des del 4 fins al 31 de desembre). I recordi que el Concerto és un dels cotxes millors equipats de la seva categoria:

- Motor 1.500 c.c. d'injecció amb catalitzador.
- 90 CV - 16 v.
- Direcció assistida.
- Retrovisors elèctrics.
- 4 alçavidres elèctrics.
- Tancament centralitzat.
- Volant regulable en altura.
- Obertura interior maleter i dipòsit.
- 2 anys de garantia total sense límit de quilometratge.
- 2 anys d'assistència gratuïta en carretera.
- 3 anys de garantia pintura.
- 5 anys de garantia anticorrosió.

- I, a més, segons versions:
  - 111 CV - 16 v.
  - 122 CV - 16 v.
- Sistema antiblocatge de frens ABS.
- Aire condicionat.
- Llantes d'aliatge.
- Sostre solar elèctric.
- Volant folrat amb cuir.
- Alarma antirobatori.
- Obertura amb comandament a distància.
- Incrustacions estil fusta.



**Lluís Blanch, S.A.**

Barcelona, 209 - Tel. 22 67 04 - GIRONA

Oferta vàlida només per a vehicles en estoc. No acumulable amb altres ofertes promocionals.

**NOVA GAMMA DEL '93 DES D'1.890.000 PTA. IVA I TRANSPORT INCLOSOS.**

F1 POWERED BY HONDA HONDA, GUANYADOR DEL CAMPIONAT MUNDIAL DE FORMULA 1 DURANT SIS ANYS CONSECUTIUS.

Lubricant recomanat